

Утверждаю

Директор филиала

МБОУ "Солнечная СОШ №1" "Сытоминская СШ"
/Кривоногов Владимир Викторович/

МЕНЮ
18 марта 2021 г.

7-11, (Родительская плата)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ томаты грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	100	12,86	0,8	6	2,7	71
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (Вариант 1) свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая, говядина б/к	250/12/10	14,11	5,7	9,8	12,5	165
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (Вариант 1) хлеб пшеничн.формовой, мука высш.сорт, рыба потрошенная обезглавленная (горбуша), морковь, лук репчатый, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	120	39,71	21,3	11,6	3,1	202
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	180	9,19	10,2	8,3	46,4	301
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	200	2,90			19,4	77
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ яблоки	137	13,68	0,6	0,6	13,4	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой, мука высш.сорт	70	5,34	5,3	0,4	35,1	166
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	40	3,20	2,6	0,4	17	82
Итого	1087	101,00	46,5	37,1	149,6	1125
Всего	1087	101,00	46,5	37,1	149,6	1125

Медицинская сестра _____ Тырикова Ольга Сергеевна

Зав. производством (шеф-повар) _____ Конева Наталья Александровна